ещё вкуснее и проще

60

страниц лучших рецептов

мультиварка

блюда для детей от 0 до 7

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В этой книге собраны кулинарные рецепты для детского меню, блюда по которым можно приготовить в мультиварке. Для малышей подойдут молочные блюда и продукты домашнего изготовления, супы-пюре, мясные и рыбные паровые блюда. Детям постарше по предложенным рецептам вы сможете приготовить первые и вторые блюда, гарниры, овощи, фруктовые десерты, выпечку и напитки.

- Мультиварка. Блюда для детей от 0 до 7 лет
  - Супы-пюре
    - Суп-пюре с говядиной и овощами
    - Молочный суп-пюре с курицей
    - Куриный суп-пюре
    - Яично-сливочный суп-пюре
    - Суп-пюре со спаржей
    - Суп-пюре с морковью и шпинатом
    - Овощной суп-пюре
    - Овощной суп-пюре со стручковой фасолью
    - Овощной суп-пюре с курицей
    - Морковный суп-пюре
    - Суп-пюре из тыквы
    - Суп-пюре из тыквы с чечевицей
    - Суп-пюре с кальмарами
    - Картофельный суп-пюре
    - Суп-пюре с сыром на курином бульоне
  - Первые блюда
    - Рисовый суп
    - Суп с фрикадельками
    - Суп со свежей зеленью
    - Гороховый суп
    - Суп с говядиной
    - Суп с клецками
    - Куриный суп с вермишелью
    - Куриный суп
    - Борщ
    - Постный борщ
    - Щи
    - Щи с фасолью
  - Блюда из мяса и птицы
    - Гуляш из свинины
    - Тушеная свинина с овощами

- Тушеная свинина с картофелем
- Бефстроганов
- Курица в сметанном соусе
- Тушеная капуста с говядиной
- Куриные крылышки в томатном соусе
- Овощное рагу с говядиной
- Запеченное куриное филе
- Куриные рулетики
- Куриное филе в сливочном соусе
- Курица с овощами
- Курица с гречкой
- Тушеные куриные сердечки

- Блюда из фарша
  - Овощное рагу с фрикадельками
  - Овощное рагу с фаршем
  - Тефтели
  - Тефтели с овощами
  - Мясные ежики
  - Фрикадельки
  - Паровые котлеты
  - Куриные паровые котлеты
- Блюда из рыбы
  - Фаршированная рыба
  - Рыба по-польски
  - Запеченная рыба в фольге
  - Горбуша, запеченная с овощами
  - Запеченная горбуша с помидорами
  - Рыба в молочно-яичной смеси
  - Рыба в томатном соусе
  - Камбала с морковью
  - Рыба с овощами
  - Окунь в томатном соусе
- Овощные блюда
  - Тушеные овощи
  - Тушенные в сливках овощи
  - Тушеный картофель с капустой
  - Запеченный картофель с сыром
  - Овощная икра
  - Запеканка с кабачком
  - Баклажанная икра
  - Каша с овощами
  - Перец, фаршированный овощами
  - Стручковая фасоль в томате
  - Рис с овощами и бобовыми

- Молочные блюда
  - Йогурт с вареньем
  - Йогурт на сливках
  - Йогурт с фруктами
  - Йогурт с черносливом
  - Йогурт со сливками и вареньем
  - Шоколадный йогурт
  - Фруктово-ягодный йогурт
  - Клубничный йогурт
  - Ванильный йогурт
  - Топленое молоко
  - Творог
  - Сыр
  - Сгущенное молоко
  - Сметана
  - Молочный суп
  - Молочный рисовый суп с курагой
  - Гречневый молочный суп
  - Омлет
  - Гречневая каша
  - Рисовая каша
  - Овсяная каша
  - Пшенная каша
  - Манная каша
  - Пшенная каша с изюмом
  - Рисово-пшенная каша
  - Рисовая каша с изюмом
  - Рисовая каша с тыквой
  - Тыквенная каша
  - Рисовая каша с фруктами
  - Кукурузная каша
  - Пшеничная каша
- Выпечка и десерты
  - Пирог с капустой
  - Кукурузный пирог
  - Пирог с черной смородиной
  - Сметанный пирог с ягодами
  - Ягодный пирог
  - Пирог с вареньем
  - Медовый пирог
  - Банановый пирог
  - Цитрусовый пирог
  - Лимонный кекс
  - Тыквенный кекс

- Шарлотка с яблоками
- Манник

Мультиварка. Блюда для детей от 0 до 7 лет
Составитель Сергей Павлович Кашин

Супы-пюре

Суп-пюре с говядиной и овощами

Ингредиенты: 200 г говядины, 100 г сметаны, 4 клубня картофеля, по 1 томату, головке репчатого лука, моркови, по 2 столовые ложки пшеничной муки, растительного масла, зелень укропа или петрушки, соль, вода.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи, нарежьте их кубиками.

Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте лук с морковью. В конце обжаривания добавьте мелко нарезанный томат. Используйте для этого режим «Выпечка» в течение 10 мин. Выложите в мультиварку картофель и нарезанное на кусочки мясо, залейте водой, посолите. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 1 час, затем все перемешайте и включите режим «Тушение» тоже на 1 час. Смешайте муку со сметаной. Измельчите содержимое мультиварки блендером и добавьте в готовый суп-пюре сметану, перемешайте.

Молочный суп-пюре с курицей

Ингредиенты: 400 г куриного филе, 200 мл молока, 1 головка репчатого лука, 30 г сливочного масла, 3 чайные ложки пшеничной муки, соль, 800 мл воды.

Способ приготовления: Лук очистите, на 1 ч залейте холодной водой и мелко нарежьте. Куриное филе нарежьте кусочками и вместе с луком выложите в мультиварку. Смешайте молоко и водой и, помешивая, всыпьте пшеничную муку.

Полученную смесь перелейте в мультиварку, добавьте соль и перемешайте. Включите прибор в режиме «Суп» на 1 ч. Готовый суп измельчите с помощью блендера.

Куриный суп-пюре

Ингредиенты: 500 г куриного филе, 4 клубня картофеля, 2 стебля сельдерея, 1 головка репчатого лука, 100 мл сливок, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Нарежьте картофель и сельдерей средними кубиками. Лук мелко нарежьте и пассеруйте на сливочном масле. Куриное филе отварите в кастрюле в соленой воде. Поместите овощи в мультиварку залейте полученным куриным бульоном и включите режим «Суп» или «Варка» на 30 мин. Все подготовленные компоненты блюда, а также сливки и соль смешайте и измельчите в блендере. Промойте и измельчите петрушку, украсьте ею суп-пюре.

Яично-сливочный суп-пюре

Ингредиенты: 3 клубня картофеля, 2 морковки, 1 яичный желток, 100 мл сливок средней жирности, 50 г сливочного масла, 1 чайная ложка пшеничной муки, зелень укропа или петрушки, соль, вода.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи, нарежьте кубиками. Зелень промойте и мелко порубите. В мультиварку налейте немного воды, в корзину для варки на пару выложите картофель и морковь. Включите мультиварку в режиме «Варка на пару» на 30 мин.

Поместите в блендер картофель и морковь, добавьте сливки, пшеничную муку, яичный желток, сливочное масло и соль и все взбейте. Готовый суп-пюре посыпьте мелко рубленой зеленью.

Суп-пюре со спаржей

Ингредиенты: 250 г белой спаржи, по 1 клубню картофеля, стеблю лука-порея, 400 мл куриного бульона, 50 мл жирных сливок, 40 г сливочного масла, зелень петрушки, тимьян, соль.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. У спаржи удалите кожицу и срежьте нижнюю часть. Стебли свяжите и отваривайте в кипящей соленой воде в течение 7 мин. Периодически переворачивайте спаржу. Достаньте ее из кипятка и погрузите в холодную воду. Свяжите нитками зеленые листья лука-порея, веточки петрушки и тимьяна. Верхушки спаржи отрежьте и пока отложите в сторону. Белую часть лука-порея и стебли спаржи нарежьте кружочками, картофель – крупными ломтиками.

Растопите в мультиварке сливочное масло и обжарьте в нем лук-порей, затем добавьте нарезанную спаржу и все залейте подогретым куриным бульоном. Доведите содержимое мультиварки до кипения, добавьте туда картофель и опустите связанную в пучок зелень, посолите и перемешайте. Включите мультиварку на 45 мин. в режиме «Суп». Достаньте из супа связанную зелень, а остальное перелейте в блендер и приготовьте пюре. Влейте в него сливки, перемешайте и перелейте в мультиварку. Затем доведите до кипения и добавьте верхушки спаржи, варите суп-пюре в том же режиме еще 2 мин.

Суп-пюре с морковью и шпинатом

Ингредиенты: 4 моркови, 50 г шпината, 40 г сливочного масла, 1 яичный желток, 100 мл молока, 1 чайная ложка пшеничной муки, соль, вода.

Способ приготовления: Морковь вымойте, очистите и натрите на терке. Поместите морковь в мультиварку и залейте небольшим количеством воды. Включите режим «Тушение» на 15 мин. Промойте и мелко нарежьте шпинат, выложите к моркови. Муку разведите в 70 мл молока и вместе со сливочным маслом добавьте в мультиварку. Все тушите под крышкой еще 10 мин. Готовые продукты измельчите в блендере, чтобы получилось пюре. Потом добавьте при необходимости кипяченую воду или овощной отвар, посолите и доведите до кипения. Вареный яичный желток разотрите с оставшимся молоком и добавьте в основную массу.

Овощной суп-пюре

Ингредиенты: По 1 кочану цветной капусты, кабачку, моркови, головке репчатого лука, 3 зубчика чеснока, 200 мл сливок, 1 столовая ложка растительного масла, соль, вода.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Морковь и лук мелко нарежьте. Налейте в мультиварку растительное масло и обжаривайте их в режиме «Выпечка» в течение 15 мин. Нарезанные кубиками кабачки и соцветия цветной капусты заложите в мультиварку, добавьте соль и измельченный чеснок. Залейте овощи в мультиварке кипятком до поверхности. Включите режим «Тушение» на 20 мин. Переложите содержимое мультиварки в блендер и приготовьте пюре. Добавьте в него сливки. Массу переложите в мультиварку и включите режим «Тушение» еще на 10 мин.

Овощной суп-пюре со стручковой фасолью

Ингредиенты: По 400 г замороженных стручковой фасоли, цветной капусты, 3 клубня картофеля, 2 зубчика чеснока, по 1 морковке, головке репчатого лука, пучку кинзы, 1 столовая ложка растительного масла, соль, 1,5 л воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте лук и морковь. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте овощи в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Добавьте к овощам нарезанный кубиками картофель, цветную капусту и фасоль, соль и перемешайте. Залейте все водой и включите мультиварку в режиме «Тушение» на 40 мин. Добавьте к овощам измельченный чеснок, мелко порубленную зелень и все перемешайте. Включите мультиварку в том же режиме еще на 15 мин. Готовые овощи переложите в блендер и измельчите до пюреобразного состояния, влейте овощной отвар для получения необходимой консистенции.

Овощной суп-пюре с курицей

Ингредиенты: 500 г куриного филе, 100 г капусты белокочанной, 50 г зеленого горошка, 4 клубня картофеля, 2 морковки, 2 помидора, по 1 кабачку, сладкому перцу, головке репчатого лука, черешку сельдерея, 100 мл молока, соль, вода.

Способ приготовления: Нарежьте куриное филе крупными кусками и отварите. Вымойте и очистите овощи, нарежьте крупными кусочками. Поместите овощи в мультиварку, залейте водой выше поверхности. Включите мультиварку в режиме «Суп» на 1 ч. Овощной отвар перелейте в отдельную посуду, а вареные овощи и курятину измельчите в блендере до образования пюре. Добавьте в него теплое молоко и соль, перемешайте. При необходимости влейте в суп-пюре овощной отвар.

Морковный суп-пюре

Ингредиенты: 5 морковок, 2 головки репчатого лука, по 1 зубчику чеснока, пучку петрушки, по 100 г мясного фарша, хлеба, 30 г растительного масла, 2 столовые ложки сметаны, соль.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Лук и петрушку нарежьте мелко, а морковь натрите на терке. Влейте в мультиварку растительное масло, добавьте мясной фарш, лук, морковь, зелень и включите режим «Тушение» на 30 мин. Измельчите хлеб, чеснок и добавьте к остальным продуктам. Посолите и перемешайте суп, затем приготовьте из него в блендере пюре. В суп-пюре положите сливочное масло и варите его в мультиварке еще 2 мин. Перед подачей на стол заправьте блюдо сметаной.

Суп-пюре из тыквы

Ингредиенты: 350 г нежирного мяса, 300 г тыквы, 3 клубня картофеля, 2 зубчика чеснока, по 1 головке репчатого лука, корню петрушки, 2 столовые ложки сметаны, соль, 400 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Мясо нарежьте средними кусочками. Лук, чеснок и корень петрушки нарежьте мелко. Все сложите в мультиварку и залейте водой. Картофель и тыкву нарежьте кусочками и сложите в емкость для варки на пару. Включите мультиварку в режиме «Суп» на 30 мин. Достаньте готовые тыкву и картофель, отлейте стакан бульона и продолжайте готовить мясо еще 30 мин. Тыкву и картофель измельчите блендером и смешайте с бульоном. Выложите пюре в мультиварку, посолите, перемешайте. Включите режим «Варка на пару» на 3 мин. Подавайте со сметаной.

Суп-пюре из тыквы с чечевицей

Ингредиенты: 500 г тыквы, 155 г чечевицы, по 1 морковке, головке репчатого лука, зубчику чеснока, зелень петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, соль, 1 л воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи, нарежьте их кубиками, а чеснок мелко порубите. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте лук и морковь. Промойте чечевицу и выложите в мультиварку, залейте водой. В корзину для варки на пару положите кусочки тыквы. Включите мультиварку в режиме «Каша» на 40 мин. Затем содержимое мультиварки измельчите блендером, добавьте зелень и чеснок. Полученную пюреобразную массу доведите до кипения в режиме «Варка на пару».

Суп-пюре с кальмарами

Ингредиенты: 400 г очищенных кальмаров, 3 головки репчатого лук, 3 клубня картофеля, 2 морковки, 350 мл сливок, 30 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Нарежьте лук тонкой соломкой, картофель – кубиками, а морковь натрите на терке. Кальмары нарежьте кусочками. Сложите все компоненты в мультиварку, залейте сливками и посолите. Включите прибор в режиме «Тушение» на 1 ч. Затем суп взбейте с помощью блендера и положите в него сливочное масло.

Картофельный суп-пюре

Ингредиенты: 5 клубней картофеля, по 1 морковке, головке репчатого лука, лавровому листу, 100 г сметаны, 2 столовые ложки пшеничной муки, 1 столовая ложка растительного масла, соль, вода.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи, нарежьте их кубиками.

Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте лук в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Добавьте в нее картофель и морковь, залейте водой и включите режим «Суп» на 1 ч. Смешайте сметану с пшеничной мукой. Суп посолите, добавьте в него лавровый лист и сметану, варите еще 5 мин. Достаньте из супа лавровый лист, остальное измельчите в блендере до пюреобразного состояния.

Суп-пюре с сыром на курином бульоне

Ингредиенты: 450 г сыра твердых сортов, 30 г пшеничной муки, 1 головка репчатого лука, по 700 мл куриного бульона, молока, 3 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления: Очистите лук и мелко нарежьте. Растопите в мультиварке сливочное масло и обжарьте лук. Для этого используйте режим «Выпечка». Добавьте к луку пшеничную муку, перемешайте до получения однородной массы и залейте куриным бульоном, перемешайте еще раз. Включите мультиварку в режиме «Суп». Сыр натрите на терке. Когда густая масса закипит, помешивая, постепенно всыпьте сыр. Мультиварку отключите и оставьте суп под крышкой, для того чтобы сыр расплавился. Готовый суп-пюре можно подавать с сухариками и украсить зеленью.

Первые блюда

Рисовый суп

Ингредиенты: 400 г мяса, 100 г риса, 4 клубня картофеля, по 1 морковке, головке репчатого лука, пучку петрушки, лавровому листу, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 2 л воды.

Способ приготовления: Мясо нарежьте небольшими кусочками. Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте маленькими кубиками, морковь натрите на терке, а картофель нарежьте ломтиками. Налейте в емкость для варки растительное масло и пассеруйте лук и морковь в режиме «Выпечка» 10 мин. Выложите в мультиварку мясо, а сверху положите промытый рис и картофель. Все посолите и залейте водой. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1 ч. Затем посолите и поперчите суп, добавьте мелко нарубленную петрушку, лавровый лист, перемешайте и готовьте блюдо в том же режиме еще 30 мин.

Суп с фрикадельками

Ингредиенты: 350 г мясного фарша, 100 г домашней лапши, 3 клубня картофеля, 2 лавровых листа, 1 морковка, 2 столовые ложки риса, соль, 1,5 л воды.

Способ приготовления: Добавьте в мясной фарш рис и соль, перемешайте и сформируйте фрикадельки. Овощи вымойте и очистите, мелкими кубиками нарежьте лук и морковь, а картофель – средними кубиками.

Налейте на дно мультиварки растительное масло, выложите нарезанные лук и морковь и обжаривайте их в течение 5 мин. в режиме «Выпечка». Затем выложите в мультиварку фрикадельки и обжаривайте все еще 10 мин. Добавьте к фрикаделькам картофель, соль и лавровый лист. Залейте все водой. Включите мультиварку в режиме «Суп» на 50 мин. За 5 мин. до окончания варки положите в суп домашнюю лапшу. После отключения прибора суп должен настояться.

Суп со свежей зеленью

Ингредиенты: 400 г говядины, по 1 морковке, головке красного репчатого лука, пучку базилика, укропа, петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи, мелко нарежьте. Мясо нарежьте маленькими кусочками. Влейте в мультиварку растительное масло и обжаривайте мясо в режиме «Выпечка» в течение 5 мин. Добавьте измельченные овощи и жарьте еще 5 мин. Налейте в мультиварку воду и доведите до кипения в режиме «Суп». Затем посолите и поперчите готовящееся блюдо и варите его еще 20 мин. Зелень промойте, обсушите, мелко нарежьте и добавьте к остальным ингредиентам. Продолжайте варить суп еще 15 мин.

Гороховый суп

Ингредиенты: 350 г мяса, 250 г гороха, 4 клубня картофеля, 2 лавровых листа, по 1 морковке, головке репчатого лука, 1 столовая ложка растительного масла, соль, 1,8 л воды.

Способ приготовления: Замочите горох. Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук маленькими кубиками, картофель – соломкой, натрите на терке морковь. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите нарезанное кусочками мясо, добавьте лук и включите режим «Выпечка» на 10 мин. Затем добавьте в мультиварку горох, картофель, воду. Все посолите и перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1 ч. 15 мин. Положите в суп лавровый лист, перемешайте и варите еще 15 мин.

Суп с говядиной

Ингредиенты: 600 г говядины, 6 клубней картофеля, 3 помидора, по 1 головке репчатого лука, пучку укропа или петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, тимьян, черный молотый перец, соль, 3 л воды.

Способ приготовления: Залейте промытое мясо водой и сварите на плите бульон. Овощи вымойте и очистите. Нарежьте лук маленькими кубиками и пассеруйте его на растительном масле в мультиварке. Для этого включите режим «Выпечка» на 10 мин. Вареное мясо нарежьте небольшими кусочками и выложите в лук. Добавьте туда же соль и черный молотый перец и обжаривайте все 15 мин. в том же режиме. Залейте мясо бульоном, добавьте нарезанные кубиками картофель и помидоры, измельченную зелень. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 30 мин.

Суп с клецками

Ингредиенты: 400 г мяса, 4 клубня картофеля, по 1 морковке, головке репчатого лука, лавровому листу, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 2 л воды.

Для клецек: 50 мл молока, 1 куриное яйцо, 5 ст. л. пшеничной муки.

Способ приготовления: Промытое мясо залейте водой и сварите на плите бульон. Из пшеничной муки, молока и сырого яйца замесите тесто для клецек.

Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте тонкой соломкой, а морковь натрите на крупной терке. На дно емкости для варки налейте растительное масло, выложите измельченные овощи и пассеруйте их. Для этого включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 10 мин. Вареное мясо нарежьте на кусочки. Добавьте в мультиварку нарезанный соломкой картофель и мясо, залейте бульоном, посолите, поперчите, положите лавровый лист и готовьте в режиме «Выпечка» 30 мин.

В суп чайной ложкой выложите клецки. Варите суп еще 7 мин.

Куриный суп с вермишелью

Ингредиенты: 250 г куриного филе, 100 г вермишели, 2 клубня картофеля, по 1 морковке, зубчику чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, соль, 1,5 л воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте чеснок и натрите на терке морковь. Нарежьте на средние кусочки куриное филе. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите подготовленные овощи и мясо.

Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 10 мин. Нарежьте картофель ломтиками средней толщины и добавьте в мультиварку, перемешайте. Залейте все водой и посолите. Включите мультиварку в режиме «Суп» на 40 мин. Добавьте в готовящееся блюдо вермишель и варите еще 15–20 мин.

Куриный суп

Ингредиенты: 300 г куриного филе, 6 клубней картофеля, 2 морковки, 1 головка репчатого лука, вилок белокочанной капусты, 1 чайная ложка растительного масла, соль, 1,5 л воды.

Способ приготовления: Нарежьте куриное филе крупными кусочками, залейте водой и варите в режиме «Тушение» 30 мин. Овощи вымойте, очистите, нарежьте лук и морковь мелкими кубиками, картофель – ломтиками средней толщины, капусту тонко нашинкуйте. Выложите подготовленные овощи в мультиварку и варите блюдо еще 1 ч. в режиме «Суп». За 20 мин. до готовности добавьте в суп растительное масло и соль, перемешайте.

Борщ

Ингредиенты: 300 г говядины, 200 г капусты белокочанной, 4 клубня картофеля, 2 помидора, по 1 сладкому перцу, головке репчатого лука, морковке, зубчику чеснока, свекле, по 2 столовые ложки растительного масла, томатной пасты, базилик, соль, 3 л воды.

Способ приготовления: Мясо промойте и нарежьте кусочками. В мультиварку налейте растительное масло и обжаривайте мясо в режиме «Выпечка» в течение 20 мин. Вымойте и очистите овощи. Лук и сладкий перец нарежьте тонкой соломкой, помидоры и картофель – кубиками, а морковь и свеклу натрите на крупной терке. Добавьте к мясу морковь с луком и продолжайте все обжаривать еще 15 мин. Периодически перемешивайте содержимое мультиварки. Добавьте туда сладкий перец и жарьте еще 10 мин. Положите в мультиварку помидоры и заправьте все томатной пастой, перемешайте и готовьте в том же режиме еще 10 мин. Нашинкуйте капусту, чеснок пропустите через чеснокодавилку. Выложите в мультиварку капусту, картофель, чеснок и залейте водой. Включите режим «Тушение» на 1 ч. За 15 мин. до готовности посолите борщ и добавьте в него измельченный базилик, перемешайте.

Постный борщ

Ингредиенты: 300 г белокочанной капусты, 4 клубня картофеля, 2 морковки, 2 головки репчатого лука, по 1 свекле, пучку укропа или петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, 0,5 лимона, сахар, черный перец горошком, соль, 3 л воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Морковь и свеклу натрите на крупной терке, лук нарежьте тонкой соломкой, картошку брусочками, а капусту нашинкуйте. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте морковь с луком в режиме «Выпечка» 10 мин. Затем переложите их в отдельную посуду. В мультиварку выложите капусту и залейте водой. Включите режим «Тушение» на 15 мин. Добавьте в мультиварку картофель и варите борщ в том же режиме еще 15 мин. Затем положите в мультиварку пассерованные овощи, томатную пасту, мелко нарубленную зелень, лимонный сок, черный перец горошком, добавьте сахар и соль по вкусу. Перемешайте все продукты и готовьте блюдо еще 20 мин. в том же режиме.

Щи

Ингредиенты: 350 г мяса, 3 клубня картофеля, 2 головки репчатого лука, по 1 морковке, свекле, 0,5 вилка белокочанной капусты, по 2 столовые ложки растительного масла, томатной пасты, черный перец горошком, соль, 1,5 л воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи, мелко нарежьте лук, средними ломтиками картофель. Свеклу и морковь натрите на терке. Капусту тонко нашинкуйте. Мясо нарежьте кусочками. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите мясо, добавьте лук, свеклу, морковь. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 10 мин. Затем налейте в мультиварку воду, положите оставшиеся овощи, томатную пасту, посолите, поперчите, перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Суп» на 1 ч. Затем проверьте готовность щей и при необходимости поварите их еще 10 мин.

Щи с фасолью

Ингредиенты: 200 г белокочанной капусты, 100 г консервированной красной фасоли, 4 клубня картофеля, 3 помидора, 2 сладких перца, по 1 морковке, головке репчатого лука, зубчику чеснока, пучку петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, черный перец горошком, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Лук и помидоры нарежьте маленькими кубиками, морковь натрите на крупной терке. Сладкий перец нарежьте соломкой, картофель – ломтиками средней толщины, а капусту нашинкуйте. Чеснок пропустите через чеснокодавилку. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте морковь с луком в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Выложите в мультиварку остальные подготовленные овощи, залейте водой и готовьте в режиме «Тушение» 30 мин. Добавьте в мультиварку красную фасоль, мелко порубленную зелень, томатную пасту, черный перец горошком и соль, перемешайте. Готовьте щи еще 20 мин. в том же режиме.

Блюда из мяса и птицы

Гуляш из свинины

Ингредиенты: 450 г постной свинины, по 1 морковке, головке репчатого лука, 1,5 ст. л. пшеничной муки, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль, 750 мл воды.

Способ приготовления: Нарежьте мясо мелкими кусочками. Овощи вымойте и очистите. Морковь нарежьте тонкой соломкой, а лук маленькими кубиками. Налейте в мультиварку растительное масло и в режиме «Выпечка», пассеруйте овощи в течение 10 мин. Затем выложите в варочную емкость мясо и обжаривайте все еще 25 мин. Разведите в 0,5 стакана воды пшеничную муку, влейте в мультиварку, перемешайте. Вылейте туда же остальную воду, добавьте черный молотый перец и соль, перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1–1,5 ч.

Тушеная свинина с овощами

Ингредиенты: 500 г постной свинины, 3 помидора, по 2 баклажана, сладких перца, зубчика чеснока, по 1 морковке, головке репчатого лука, лавровому листу, 1,5 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 200 мл воды.

Способ приготовления: Свинину нарежьте кубиками. Овощи вымойте и очистите. Морковь и помидоры натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте, баклажаны нарежьте кубиками, а сладкий перец – соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и положите кусочки свинины. Включите режим «Выпечка» на 25 мин. Периодически перемешивайте мясо. Добавьте в мультиварку измельченные лук и морковь и обжаривайте все еще 10 мин. Затем добавьте туда же нарезанные сладкий перец и баклажаны, томатную массу. Все перемешайте, поперчите, посолите, налейте воды. Переключите мультиварку в режим «Тушение» на 40 мин. Измельчите чеснок и вместе с лавровым листом положите в мультиварку, все перемешайте и готовьте в том же режиме еще 30 мин.

Тушеная свинина с картофелем

Ингредиенты: 500 г постной свинины, 8 клубней картофеля, 2 лавровых листа, по 1 морковке, зубчику чеснока, пучку укропа, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 150 мл воды.

Способ приготовления: Мясо вымойте и нарежьте кусочками. Вымойте и очистите овощи, мелко нарежьте лук и морковь, картофель нарежьте средними ломтиками. Чеснок пропустите через чеснокодавилку. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите мясо и обжаривайте его в режиме «Выпечка» в течение 15 мин. Добавьте к нему овощи, залейте водой, посолите и поперчите. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 1 ч. 10 мин. Затем мелко порубите промытый укроп. Добавьте лавровый лист и зелень в почти готовое блюдо, перемешайте и тушите еще 15–20 мин.

Бефстроганов

Ингредиенты: 600 г говядины, 100 г сметаны, 2 головки репчатого лука, 1 лавровый лист, по 2 столовые ложки томатной пасты, растительного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления: Мясо вымойте и нарежьте брусочками. Лук очистите и нарежьте тонкой соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте лук в режиме «Выпечка» 10 мин. Добавьте к луку томатную пасту, сметану, черный молотый перец и соль. В небольшом количестве воды разведите пшеничную муку и влейте в мультиварку, все перемешайте. В соус выложите мясо, перемешайте и готовьте в режиме «Тушение» 25 мин. Положите в мультиварку лавровый лист, перемешайте и тушите блюдо еще 15 мин.

Курица в сметанном соусе

Ингредиенты: 1 кг курицы, 150 г сметаны, 2 зубчика чеснока, 1 пучок петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, вода.

Способ приготовления: Куриную тушку разделайте на порционные куски. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите мясо, поперчите и посолите его. Включите режим «Выпечка» на 15 мин. Переверните кусочки курицы на другую сторону и обжаривайте еще 15 мин. Смешайте сметану с небольшим количеством воды и залейте куриное мясо. Переключите мультиварку на режим «Тушение» на 40 мин. Готовое блюдо посыпьте мелко нарезанной петрушкой.

Тушеная капуста с говядиной

Ингредиенты: Вилок белокочанной капусты, 500 г говядины, 3 помидора, по 1 морковке, головке репчатого лука, пучку укропа или петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Мясо нарежьте средними кусочками, а лук – мелко. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите мясо и лук, перемешайте. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 15 мин. Периодически перемешивайте жарящиеся продукты.

Натрите на терке помидоры, нашинкуйте капусту, мелко порубите промытую зелень. Выложите подготовленные овощи в мультиварку, посолите, поперчите, перемешайте и залейте небольшим количеством воды. Включите прибор в режиме «Тушение» на 2 ч., периодически перемешивайте содержимое мультиварки.

Куриные крылышки в томатном соусе

Ингредиенты: 1 кг куриных крылышек, 100 г оливок без косточек, 6 помидоров, 3 зубчика чеснока, 2 головки репчатого лука, 1 пучок укропа, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Крылышки вымойте и обсушите. Натрите их солью и черным молотым перцем и оставьте на 30–40 мин. Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте тонкой соломкой, а чеснок пропустите через чеснокодавилку. Мелко порубите промытый укроп. Оливки нарежьте колечками. Налейте на дно мультиварки растительное масло и выложите куриные крылышки. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 10 мин. Переверните крылышки на другую сторону и обжаривайте их еще 10 мин. Переложите куриные крылышки в отдельную посуду. В мультиварку заложите лук, чеснок и обжаривайте их 10 мин. в том же режиме. Из томатов приготовьте пюре. Добавьте в мультиварку томатную массу, оливки и перемешайте. Положите в томатный соус обжаренные куриные крылышки и включите прибор в режиме «Тушение» на 50 мин. Почти готовое блюдо посыпьте зеленью и тушите еще 10 мин.

Овощное рагу с говядиной

Ингредиенты: 700 г говядины, по 5 клубней картофеля, зубчиков чеснока, 3 головки репчатого лука, по 2 кабачка, баклажана, сладких перца, 3 головки репчатого лука, по 1 морковке, пучку укропа, кинзы или петрушки, 150 мл растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Мясо вымойте и нарежьте маленькими кусочками. Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук тонкой соломкой и пассеруйте в растительном масле в режиме «Выпечка» 10 мин. Добавьте к луку мясо, посолите, перемешайте. Включите режим «Тушение» на 1 ч. Морковь натрите на крупной терке, а остальные овощи нарежьте кубиками. Добавьте измельченные овощи к мясу, посолите, поперчите и перемешайте. Тушите рагу еще 45 мин. Промытую зелень мелко нарежьте и вместе с томатной пастой положите в рагу, перемешайте, готовьте в том же режиме еще 15 мин.

Запеченное куриное филе

Ингредиенты: 1 кг куриного филе, 200 г сметаны средней жирности, 150 г сыра твердых сортов, 3 зубчика чеснока, 1 столовая ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Очистите чеснок и пропустите через чеснокодавилку.

В сметану добавьте чесночную массу, черный молотый перец и соль, перемешайте. Куриное филе промойте и обсушите. Смажьте дно варочной емкости растительным маслом. Мясо обмакните в сметанной соус и поместите в мультиварку, сверху выложите остатки соуса и посыпьте тертым сыром. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 40 мин.

Куриные рулетики

Ингредиенты: 1,2 кг филе куриных грудок, 250 г зелени петрушки и укропа, 100 г сыра твердых сортов, 3 зубчика чеснока, по 1 помидору, головке репчатого лука, по 3 столовые ложки майонеза, растительного масла, соль.

Способ приготовления: Куриное филе вымойте и обсушите. Овощи вымойте и очистите. Помидор и лук нарежьте мелкими кубиками, зелень измельчите, а чеснок пропустите через чеснокодавилку. Сыр натрите на крупной терке. Добавьте в подготовленные овощи сыр и 2 столовые ложки майонеза и перемешайте. В филе сделайте надрезы и положите туда сырно-овощную массу. Сверните рулетики и обвяжите их нитками. Смажьте дно мультиварки растительным маслом и выложите начиненные куриные рулетики, сверху смажьте их майонезом. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 30 мин.

Куриное филе в сливочном соусе

Ингредиенты: 500 г куриного филе, по 100 мл сливок, майонеза, по 1 морковке, головке репчатого лука, по 2 столовые ложки пшеничной муки, растительного масла, черный молотый перец, соль, 200 мл воды.

Способ приготовления: Куриное филе вымойте и обсушите, нарежьте на средние кусочки. Овощи вымойте и очистите. Морковь натрите на крупной терке, а лук нарежьте маленькими кубиками. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите куриное мясо, перемешайте и обжаривайте в режиме «Выпечка» в течение 15 мин. Добавьте к мясу овощи, посолите и готовьте в том же режиме еще 15 мин.

Разведите в воде пшеничную муку, добавьте сливки и майонез, черный молотый перец и перемешайте. Полученным соусом залейте куриное филе и переключите мультиварку на режим «Тушение» на 1 ч.

Курица с овощами

Ингредиенты: 200 г куриного филе, по 3 помидора, клубня картофеля, по 1 кабачку, баклажану, головке репчатого лука, зубчику чеснока, 1,5 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте лук и чеснок. Налейте в мультиварку растительное масло и обжаривайте лук и чеснок в течение 10 мин. в режиме «Выпечка». Куриное филе нарежьте кусочками и выложите в мультиварку, перемешайте и обжаривайте 20 мин. Кабачок, баклажан и картофель нарежьте кубиками, а томаты тонкими ломтиками. Добавьте подготовленные овощи к мясу, поперчите, посолите, перемешайте и готовьте в режиме «Тушение» 1 ч. В течение этого времени мультиварку не открывайте. Готовое блюдо перемешайте.

Курица с гречкой

Ингредиенты: 250 г куриного филе, 150 г гречневой крупы, по 1 морковке, головке репчатого лука, 3 столовые ложки сметаны, 2 столовые ложки растительного масла, соль, 800 мл воды.

Способ приготовления: Куриное мясо нарежьте кусочками. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите курятину. Обжаривайте ее в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте маленькими кубиками, а морковь натрите на крупной терке. Добавьте овощи к мясу, перемешайте и обжаривайте 10 мин. Затем положите в мультиварку сметану, посолите, перемешайте и готовьте еще 5–10 мин. Промойте гречку и выложите ее к мясу с овощами, залейте водой и включите режим «Каша» на 40 мин. Готовое блюдо перемешайте.

Тушеные куриные сердечки

Ингредиенты: 700 г куриных сердечек, 100 г сметаны, по 1 морковке, головке репчатого лука, лавровому листу, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка пшеничной муки, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Лук мелко нарежьте, а морковь натрите на крупной терке. Налейте на дно мультиварки растительное масло и обжарьте измельченные овощи. Для этого включите режим «Выпечка» на 10 мин. Добавьте к овощам куриные сердечки. Поперчите и посолите их, залейте водой. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 40 мин. Добавьте сметану и лавровый лист, перемешайте и тушите блюдо еще 20 мин.

Блюда из фарша

Овощное рагу с фрикадельками

Ингредиенты: 4 клубня картофеля, по 1 кабачку, морковке, головке репчатого лука, куриному яйцу, 500 г мясного фарша, 3 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Морковь натрите на крупной терке, лук нарежьте маленькими кубиками, а картофель и кабачок – средними кубиками. Налейте на дно мультиварки растительное масло и выложите туда лук с морковью. Включите режим «Выпечка» на 10 мин. Затем добавьте в мультиварку картофель, соль, воду и включите режим «Тушение» на 1 ч. В мясной фарш добавьте яйцо, черный молотый перец и соль, перемешайте. Сформуйте из полученного фарша фрикадельки. Перемешайте овощи в мультиварке и сверху выложите фрикадельки. Включите режим «Тушение» еще на 35 мин.

Овощное рагу с фаршем

Ингредиенты: 4 клубня картофеля, по 2 сладких перца, помидора, головки репчатого лука, 400 г мясного фарша, по 2 столовые ложки сметаны, растительного масла, 1 пучок укропа или петрушки, черный молотый перец, соль, 150 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Сладкий перец нарежьте маленькими кусочками, а 1,5 головки репчатого лука – маленькими кубиками. На дно мультиварки налейте растительное масло и выложите лук со сладким перцем. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 20 мин. За это время несколько раз перемешайте овощи. Картофель нарежьте кружочками, а помидоры маленькими кубиками. Половину головки репчатого лука нарежьте тонкой соломкой. Промойте и мелко порубите зелень.

Выложите в мультиварку поверх обжаренных овощей слой картофеля, посолите и поперчите его. Далее выложите рыхлый слой мясного фарша и посыпьте его резаным луком. Следующий слой в мультиварке – томаты и зелень. Разведите в воде сметану и залейте полученной жидкостью содержимое мультиварки. Включите прибор в режиме «Варка на пару» на 20 мин. Затем переключите на режим «Тушение» и готовьте блюдо еще 1 ч.

Тефтели

Ингредиенты: 500 г мясного фарша, 100 г вареного риса, 2 головки репчатого лука, 1 куриное яйцо, по 2 столовые ложки сметаны, пшеничной муки, томатной пасты, черный молотый перец, соль, вода.

Способ приготовления: Очистите и мелко нарежьте лук. Смешайте мясной фарш с луком, рисом, сырым яйцом, добавьте перец, соль и перемешайте. Сформируйте из фарша тефтели и уложите их в мультиварку. Смешайте пшеничную муку с томатной пастой и сметаной и залейте полученной массой тефтели. Налейте в мультиварку немного воды и включите режим «Тушение» на 1 ч.

Тефтели с овощами

Ингредиенты: 500 г мясного фарша, 50 г сыра твердых сортов, 2 помидора, по 1 сладкому перцу, морковке, головке репчатого лука, 100 мл сливок, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте маленькими кубиками, сладкий перец тонкой соломкой, морковь натрите на крупной терке. Добавьте в мясной фарш половину лука, черный молотый перец и соль, перемешайте, сформируйте тефтели. На дно мультиварки налейте растительное масло и выложите тефтели.

Включите прибор в режиме «Выпечка» на 5 мин., затем переверните тефтельки и обжаривайте их еще 5 мин. Выложите сверху измельченные овощи, посолите, включите режим «Тушение» на 30 мин. Затем залейте тефтели с овощами сливками и посыпьте тертым сыром. Включите мультиварку в том же режиме еще на 10–15 мин.

Мясные ежики

Ингредиенты: 500 г мясного фарша, 200 г риса, 200 мл сливок, по 1 куриному яйцу, пучку петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка томатной пасты, черный молотый перец, соль, 450 мл воды.

Способ приготовления: Промойте рис и отваривайте его в 350 мл воды в мультиварке в режиме «Каша» в течение 15 мин. Остывший рис смешайте с мясным фаршем, яйцом, черным молотым перцем и солью. Сформируйте из фарша тефтели. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите тефтели. Обжаривайте их с двух сторон в режиме «Выпечка» по 10 мин. Разведите оставшейся водой томатную пасту и сливки и влейте получившийся соус в мультиварку.

Промытую петрушку мелко порубите и посыпьте ею мясные ежики. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 10 мин.

Фрикадельки

Ингредиенты: 500 г фарша из говядины, по 200 г фарша из свинины, панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, 500 мл мясного бульона, 100 мл молока, по 3 столовые ложки сметаны, пшеничной муки, 2 куриных яйца, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Очистите и мелко нарежьте лук. Растопите в мультиварке половину сливочного масла и обжарьте лук. Смешайте оба вида фарша, обжаренный лук, яйца, панировочные сухари, молоко, черный молотый перец и соль. Сформируйте из смешанного фарша фрикадельки. Растопите в мультиварке оставшееся сливочное масло и выложите туда фрикадельки. Обжарьте их в режиме «Выпечка» с двух сторон и переложите в миску. Остатки сливочного масла в мультиварке смешайте с мукой и немного поджарьте. Затем влейте в мультиварку бульон, добавьте сметану, перемешайте. Уложите в соус фрикадельки и готовьте еще 15 мин. в режиме «Тушение».

Паровые котлеты

Ингредиенты: 700 г мясного фарша, 200 г батона, 2 куриных яйца, по 1 головке репчатого лука, морковке, 100 мл молока, черный молотый перец, соль, 900 мл воды.

Способ приготовления: Размочите батон в молоке. Добавьте в мясной фарш размоченный батон, яйца, черный молотый перец и соль. Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте маленькими кубиками, а морковь натрите на крупной терке. Добавьте овощи в фарш и перемешайте массу. Сформируйте из полученного фарша котлеты и выложите их в корзину для варки на пару. В варочную емкость налейте воду. Включите мультиварку в режиме «Варка на пару» на 35 мин.

Куриные паровые котлеты

Ингредиенты: 300 г филе куриных бедер, 150 г батона, 2 головки репчатого лука, 1 морковка, 70 мл молока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте маленькими кубиками, а морковь натрите на терке. Размочите батон в молоке. Из куриного филе приготовьте фарш и добавьте в него измельченные овощи и батон. Посолите и поперчите полученную массу, перемешайте ее.

Сформируйте из фарша котлеты и выложите их в корзину для варки на пару. На дно мультиварки налейте воды. Включите прибор в режиме «Варка на пару» на 30 мин.

Блюда из рыбы

Фаршированная рыба

Ингредиенты: 3–4 тушки морской белой рыбы небольшого размера, 3–4 дольки лимона, 2 головки репчатого лука, по 1 морковке, яблоку, 1,5 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, 50 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите рыбные тушки, натрите их солью и черным перцем. Овощи вымойте и очистите. Мелко нарежьте яблоко, лук и морковь, посолите и перемешайте. Начинкой наполните рыбные брюшки, добавьте в каждое по дольке лимона и закрепите их зубочистками. Смажьте дно мультиварки растительным маслом и уложите фаршированную рыбу, налейте воды и включите режим «Выпечка» на 30 мин.

Рыба по-польски

Ингредиенты: 800 г рыбы (хек, судак, минтай), 100 г оливок, 70 г сливочного масла, 5 куриных яиц, 3 клубня картофеля, по 1 головке репчатого лука, корню петрушки, лавровому листу, 0,5 пучка петрушки, 1 столовая ложка лимонного сока, черный молотый перец, соль, 300 мл воды.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Лук и оливки нарежьте кольцами, а корень петрушки натрите на крупной терке. Рыбу промойте и разделайте на порционные куски. Уложите их в мультиварку и залейте водой, посолите. Включите режим «Тушение» на 20 мин. Добавьте к рыбе измельченные коренья, перемешайте и тушите еще 15 мин. Сварите яйца вкрутую, очистите и нарежьте кубиками. Промойте, обсушите и мелко порубите зелень. Возьмите стакан рыбного бульона и добавьте в него сливочное масло, измельченные яйца, зелень, лимонный сок, перемешайте. Залейте соусом рыбу в мультиварке и включите режим «Выпечка» на 20 мин.

Запеченная рыба в фольге

Ингредиенты: 500 г морской рыбы, по 2 морковке, помидора, 1 пучок петрушки, 0,3 лимона, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Рыбу промойте и разделайте на порционные куски, полейте их лимонным соком и натрите черным молотым перцем и солью. Овощи вымойте. Морковь очистите и нарежьте толстыми кружками, а помидоры ломтиками. Зелень промойте, обсушите и мелко порубите. Разрежьте фольгу на куски и уложите на каждый по куску рыбы. Вокруг рыбы разложите кусочки овощей, сверху посыпьте петрушкой. Заверните рыбу в фольгу и поместите в мультиварку помидоры. Включите режим «Выпечка» на 40 мин.

Горбуша, запеченная с овощами

Ингредиенты: 700 г горбуши, 100 г майонеза, 2 морковки, 1 столовая ложка растительного масла, 2 головки репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Рыбу промойте и разделайте на порционные куски, поперчите и посолите. Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте маленькими кубиками, а морковь – тонкой соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите овощи, затем уложите рыбу и залейте ее майонезом. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 50 мин.

Запеченная горбуша с помидорами

Ингредиенты: 800 г горбуши, 4 помидора, 2 головки репчатого лука, по 2 столовые ложки майонеза, растительного масла, по 1 столовой ложке томатной пасты, лимонного сока, соль.

Способ приготовления: Рыбу промойте и нарежьте кусками. Затем полейте лимонным соком, посолите и оставьте на 30 мин. Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте тонкой соломкой, а помидоры – тонкими ломтиками. Налейте в варочную емкость растительное масло и уложите рыбу. Поверх выложите слой помидоров. Смешайте лук с томатной пастой и майонезом и выложите в мультиварку сверху. Включите прибор в режим «Выпечка» на 45 мин.

Рыба в молочно-яичной смеси

Ингредиенты: 500 г филе рыбы, 70 г сыра твердых сортов, 100 мл молока или нежирных сливок, по 2 куриных яйца, головки репчатого лука, 1 чайная ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Рыбное филе нарежьте кусками. Очистите лук и нарежьте его тонкой соломкой. Смажьте дно мультиварки растительным маслом и выложите лук, а сверху кусочки рыбы. Взбейте яйца, соедините с молоком или сливками, добавьте черный молотый перец и соль, перемешайте. Полученной смесью залейте рыбу. Сыр натрите на крупной терке и посыпьте рыбу. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 40 мин.

Рыба в томатном соусе

Ингредиенты: 1 кг рыбы, 100 г томатной пасты, по 2 морковки, головки репчатого лука, 2 столовые ложки растительного масла, приправа для рыбы, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Лук нарежьте тонкой соломкой, а морковь натрите на крупной терке. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите измельченные овощи и пассеруйте их в режиме «Выпечка» 10 мин. Рыбу очистите и нарежьте порционными кусками, поперчите, посолите, посыпьте приправой. Поместите рыбу в мультиварку. Разведите водой томатной пастой и залейте рыбу. Включите прибор в режиме «Тушение» на 1 ч.

Камбала с морковью

Ингредиенты: 2 средние тушки камбалы, 3 головки репчатого лука, 2 морковки, 1,5 ст. л. растительного масла, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Нарежьте лук маленькими кубиками, а морковь – соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте овощи 10 мин. в режиме «Выпечка». Рыбу разделайте на порционные куски и выложите на лук с морковью. Посолите рыбу, залейте водой и готовьте в режиме «Тушение» в течение 35 мин.

Рыба с овощами

Ингредиенты: 500 г филе рыбы, 6 клубней картофеля, по 2 помидора, сладких перца, 1 пучок петрушки, 4 ст. л. майонеза, 2 столовые ложки растительного масла, приправа для рыбы, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Рыбу разделайте на порционные куски, посыпьте приправой, черным молотым перцем и солью. Овощи вымойте и очистите. Нарежьте картофель, перцы и томаты небольшими ломтиками. На дно мультиварки налейте растительное масло и выложите слой картофеля, немного посолите и смажьте его майонезом. Далее выложите рыбу, помидоры, перцы и вновь смажьте соусом. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 1 ч. Зелень промойте и мелко нарежьте. Посыпьте ею готовое блюдо.

Окунь в томатном соусе

Ингредиенты: 1 филе морского окуня, 3 помидора, 2 зубчика чеснока, 50 г сыра твердых сортов, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 чайная ложка растительного масла, черный молотый перец, соль, 50 мл воды.

Способ приготовления: Нарежьте рыбное филе кусочками. Смажьте дно варочной емкости растительным маслом и выложите рыбу, поперчите и посолите ее. Чеснок пропустите через чеснокодавилку, помидоры вымойте и нарежьте тонкими ломтиками и все выложите на рыбу.

Разведите в воде томатную пасту и залейте соусом рыбу, сверху посыпьте тертым сыром. Готовьте блюдо в режиме «Тушение» в течение 30 мин.

Овощные блюда

Тушеные овощи

Ингредиенты: 4 клубня картофеля, 3 кабачка, 2 морковки, по 1 головке репчатого лука, сладкому перцу, 4 ст. л. растительного масла, 1 пучок зеленого лука, черный молотый перец, соль, вода.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Картофель и кабачки нарежьте средними кубиками, лук – маленькими кубиками, а морковь – тонкой соломкой. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите подготовленные овощи. Включите режим «Выпечка» на 20 мин. Влейте немного воды, добавьте черный молотый перец, соль, перемешайте. Переключите мультиварку на режим «Тушение» на 30 мин. Готовое блюдо украсьте измельченным зеленым луком.

Тушенные в сливках овощи

Ингредиенты: 8 клубней картофеля, 2 помидора, по 1 кабачку, зубчику чеснока, 0,3 вилка белокочанной капусты, 200 мл сливок, 2 столовые ложки растительного масла, соль.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Нашинкуйте капусту.

Картофель и кабачок нарежьте средними кубиками. Чеснок мелко порубите. Помидоры натрите на крупной терке. Налейте в мультиварку растительное масло и обжаривайте картофель в режиме «Выпечка» 15 мин. Добавьте в мультиварку остальные овощи, соль и сливки. Все перемешайте и готовьте в режиме «Тушение» 1 ч.

Тушеный картофель с капустой

Ингредиенты: 4 клубня картофеля, по 1 морковке, головке репчатого лука, 0,25–0,3 вилка белокочанной капусты, 3 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки томатной пасты, соль, 150 мл воды.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Мелко нарежьте лук, натрите на крупной терке морковь. Налейте в мультиварку растительное масло и обжаривайте лук в режиме «Выпечка» в течение 5 мин., затем добавьте морковь и обжаривайте еще 5 мин. Картофель нарежьте соломкой, а капусту нашинкуйте. Выложите их в мультиварку, добавьте соль и горячую воду. Включите режим «Тушение» на 30 мин. Добавьте к овощам томатную пасту, перемешайте и готовьте в том же режиме еще 10 мин.

Запеченный картофель с сыром

Ингредиенты: 10 клубней картофеля, по 80 г сыра твердых сортов, сметаны низкой жирности, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка растительного масла, соль.

Способ приготовления: Картофель вымойте, очистите. Нарежьте его ломтиками толщиной 0,5 см, посолите. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите картофель. Полейте картофель растопленным сливочным маслом, выложите на него сверху сметану и посыпьте тертым сыром. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 40 мин.

Овощная икра

Ингредиенты: 4 зубчика чеснока, 3 морковки, по 2 помидора, головки репчатого лука, сладких перца, 1 кабачок, 3 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, орегано, соль.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте тонкой соломкой, кабачок – средними кубиками, морковь – кружочками, сладкий перец – длинными полосками, а помидоры – тонкими ломтиками. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите кабачок и лук. Включите режим «Выпечка» на 15 мин. Периодически перемешивайте обжаривающиеся овощи. Добавьте к ним остальные ингредиенты и перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 30–40 мин.

Запеканка с кабачком

Ингредиенты: 120 г макаронных изделий, 100 г сыра твердых сортов, по 1 куриному яйцу, кабачку, сладкому перцу, пучку укропа, 2 столовые ложки томатной пасты, 1 чайная ложка растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Натрите кабачок на крупной терке, а из сладкого перца приготовьте пюре в блендере. Сыр натрите на мелкой терке. Промойте и обсушите укроп, мелко порубите. Смешайте подготовленные овощи и сыр. Добавьте в полученную массу томатную пасту и черный молотый перец, немного соли и перемешайте. Смажьте растительным маслом дно мультиварки. В томатно-овощную массу добавьте сухие макаронные изделия и перемешайте. Выложите массу для запекания в мультиварку.

Все макаронные изделия полностью погрузите в овощную массу. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 45 мин.

Баклажанная икра

Ингредиенты: По 2 баклажана, томата, по 1 сладкому перцу, головке репчатого лука, зубчику чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, тимьян, базилик, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления: Овощи вымойте и очистите. Нарежьте лук и сладкий перец тонкой соломкой, баклажаны кубиками, томаты тонкими ломтиками. Чеснок мелко порубите. Налейте в мультиварку растительное масло и выложите овощи. Включите прибор в режиме «Тушение» на 30 мин. Посолите овощи, добавьте специи и перемешайте. Готовьте блюдо в том же режиме еще 15–20 мин.

Каша с овощами

Ингредиенты: 160–180 г любой цельной крупы, 3 помидора, по 1 сладкому перцу, морковке, головке репчатого лука, 3 столовые ложки растительного масла, соль, 400 мл воды.

Способ приготовления: Промойте крупу и всыпьте в мультиварку, залейте водой, посолите и варите в режиме «Тушение» 30 мин. Овощи вымойте и очистите. Лук, помидоры и морковь нарежьте маленькими кубиками, сладкий перец – соломкой. Пассеруйте лук и морковь в растительном масле на сковороде в течение 10 мин. Затем добавьте к ним сладкий перец и помидоры, перемешайте и обжаривайте еще 10 мин. Переложите подготовленные овощи в крупу, при необходимости добавьте воду и соль, перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 10 мин.

Перец, фаршированный овощами

Ингредиенты: По 5 сладких перцев, морковок, по 2 помидора, головки репчатого лука, 2 столовые ложки растительного масла, соль, вода.

Способ приготовления: Вымойте овощи. У сладкого перца удалите сердцевину.

Лук нарежьте маленькими кубиками, морковь натрите на крупной терке. Помидоры нарежьте тонкими ломтиками. Налейте в мультиварку растительное масло и пассеруйте морковь. Включите для этого режим «Выпечка» на 10 мин. Добавьте в морковь лук и обжаривайте еще 5 мин., посолите, перемешайте. Перцы начините обжаренными овощами и уложите вертикально в мультиварку. Сверху положите ломтики помидоров. Налейте в мультиварку воды так, чтобы перцы на треть были выше ее уровня. Включите прибор в режиме «Тушение» на 1 ч.

Стручковая фасоль в томате

Ингредиенты: 500 г стручковой фасоли, 3 помидора, по 2 головки репчатого лука, зубчика чеснока, по 1 морковке, пучку петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, черный молотый перец, соль, вода.

Способ приготовления: Вымойте и очистите овощи. Лук нарежьте маленькими кубиками, а морковь – тонкими кружочками. Стручки фасоли обрежьте с двух концов и нарежьте кусочками. Налейте в мультиварку растительное масло и обжарьте морковь. Для этого включите режим «Выпечка» на 5 мин. Добавьте к моркови лук, перемешайте и обжаривайте еще 5 мин. Выложите в мультиварку подготовленную фасоль и включите режим «Тушение». Томаты обдайте кипятком и снимите с них кожицу. Приготовьте в блендере пюре из помидоров, зелени, чеснока с добавлением соли и черного молотого перца. Залейте полученным соусом фасоль, при необходимости добавьте воду и перемешайте. Тушите блюдо 20–25 мин.

Рис с овощами и бобовыми

Ингредиенты: 360 г риса, по 100 г зеленого горошка, стручковой фасоли, брокколи, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка лимонного сока, черный молотый перец, соль, вода.

Способ приготовления: Промойте и отварите в подсоленной воде рис. Овощи вымойте и очистите. Нарежьте лук маленькими кубиками, чеснок измельчите, а брокколи и стручковую фасоль нарежьте кусочками. Налейте в мультиварку растительное масло, выложите лук и включите режим «Выпечка» на 10 мин. Добавьте остальные овощи, за исключением чеснока, поперчите и посолите, перемешайте их. Включите тот же режим на 10 мин. Положите в полуготовые овощи рис, добавьте чеснок, перемешайте и включите режим «Тушение» на 10–15 мин.

Молочные блюда

Йогурт с вареньем

Ингредиенты: 1 л молока, 125 мл йогурта с бифидобактериями, 3 столовые ложки любого варенья.

Способ приготовления: Вылейте молоко в мультиварку и смешайте с йогуртом.

Включите прибор в режиме «Подогрев» на 1 ч, затем выдержите под крышкой еще 5–6 ч. В течение этого времени дважды перемешайте содержимое мультиварки.

Готовый продукт разлейте по баночкам или стаканчикам и поставьте в холодильник. Перед подачей смешайте йогурт с вареньем.

Йогурт на сливках

Ингредиенты: По 500 мл молока, сливок низкой жирности, 125 мл йогурта с бифидобактериями, 3 столовые ложки сахара.

Способ приготовления: Смешайте молоко, сливки и йогурт, растворите в них сахар. Разлейте молочную основу для йогурта по баночкам. Установите их на дно мультиварки и залейте до места сужения теплой водой.

Включите мультиварку в режиме «Подогрев» на 1 ч. Выдержите йогурт в мультиварке еще 2 ч., не открывая крышку.

Готовый продукт поместите в холодильник.

Йогурт с фруктами

Ингредиенты: 1 л молока, 2 столовые ложки йогурта с бифидобактериями, по 0,5 банана, груши, апельсина.

Способ приготовления: Прокипятите молоко и остудите до 40 °С. Добавьте в него йогурт с бифидобактериями. Перелейте молоко с закваской в баночки. На дно мультиварки положите полотенце и поставьте наполненные баночки. Налейте в мультиварку теплой воды так, чтобы она доходила до места сужения баночек.

Включите мультиварку в режиме «Подогрев» на 1,5 ч. Затем в течение 5 ч. не открывайте крышку. Это время необходимо для того, чтобы йогурт загустел. Готовый йогурт поставьте в холодильник. Перед подачей на стол добавьте в него кусочки фруктов.

Йогурт с черносливом

Ингредиенты: 1 л молока жирностью 2,5 % или 3,2 %, 125 мл био-йогурта, 100 г чернослива, 2 столовые ложки сахара.

Способ приготовления: Всыпьте в молоко сахар и прокипятите. В теплое сладкое молоко добавьте йогурт, размешайте. Разлейте молоко в стерилизованные баночки и накройте их прокипяченными крышками или пищевой пленкой.

Положите на дно мультиварки салфетку и поставьте туда баночки. Залейте баночки теплой водой, чтобы сверху они были открыты на 3 см. Включите мультиварку в режиме «Подогрев» на 10 мин., затем оставьте закрытой на 8 ч. Чернослив мелко нарежьте или измельчите в блендере и добавьте в готовый йогурт. Уберите его для охлаждения в холодильник.

Йогурт со сливками и вареньем

Ингредиенты: 1 л молока, 200 мл сливок низкой или средней жирности, 125 мл биойогурта, 2–3 столовые ложки варенья.

Способ приготовления: Нагрейте молоко до 40 °С. Добавьте к нему сливки и йогурт, варенье, перемешайте. Переложите полученную смесь в стерильные баночки и прикройте прокипяченными крышками. Положите на дно мультиварки полотенце, налейте теплой воды и поставьте баночки. Они должны быть погружены в воду до начала места сужения. Закройте крышку и включите мультиварку в режиме «Подогрев» на 1 мин. Оставьте продукт в мультиварке на 5 ч. Готовый йогурт поместите на 2–3 ч в холодильник.

Шоколадный йогурт

Ингредиенты: По 500 мл молока, сливок средней жирности, 200 мл биойогурта, 3 столовые ложки сахара, 2 чайные ложки какао-порошка.

Способ приготовления: Взбейте сливки с сахаром в блендере, добавьте к ним йогурт, теплое молоко, всыпьте какао-порошок и все перемешайте. Перелейте молочную смесь в баночки и накройте пищевой пленкой. На дно мультиварки положите полотенце и поставьте баночки. До места сужения залейте их теплой водой. Включите мультиварку в режиме «Подогрев» на 1,5 ч. Не открывайте крышку в течение 3 ч. Затем поставьте йогурт на 3 ч в холодильник.

Фруктово-ягодный йогурт

Ингредиенты: 500 мл молока, 180 мл йогурта с бифидобактериями, 150 г малины, 1 банан.

Способ приготовления: Вымойте и обсушите ягоды, очистите банан, приготовьте из них пюре. Смешайте йогурт с фруктовой массой. Нагрейте молоко до горячего состояния и добавьте к остальным ингредиентам, все взбейте блендером. Полученный коктейль разлейте по баночкам и поставьте их на дно мультиварки. Залейте их водой на 3 см ниже края горлышка. Включите мультиварку в режиме «Подогрев» на 20 мин. Дайте баночкам остыть и поставьте их в холодильник на 2 ч.

Клубничный йогурт

Ингредиенты: 1 л молока, 150 г клубники, 1 г закваски для йогурта. *Способ приготовления:* Налейте в мультиварку молоко и доведите его до кипения. Для этого используйте режим «Суп». Остудите молоко до 25 °С и добавьте в него закваску, перемешайте. Предварительно разведите ее в небольшом количестве молока. Разлейте молоко по стерильным баночкам и установите их в мультиварку. Включите режим «Йогурт» или «Подогрев» на 6 ч. Если продукт недостаточно загустел, то включите мультиварку еще на 30 мин. Охладите его в холодильнике и перед употреблением добавьте промытые и обсушенные ягоды.

Ванильный йогурт

Ингредиенты: 1 л молока, 500 мл сливок средней жирности, 100 мл биойогурта, 2 чайные ложки сахара, 1 чайная ложка ванилина.

Способ приготовления: Смешайте сливки с молоком, нагрейте до 40 °С. Добавьте в молочную смесь йогурт, ванилин и сахар, перемешайте. Разлейте основу для йогурта в простерилизованные баночки и поставьте в мультиварку с теплой водой. Баночки должны быть погружены в воду до начала места сужения. Включите мультиварку в режиме «Мультиповар» при температуре 40 °С на 6 ч. Поставьте готовый продукт на 3 ч в холодильник.

Топленое молоко

Ингредиенты: 2 л молока жирностью 3,2 %.

Способ приготовления: Налейте молоко в мультиварку и включите ее в режиме «Тушение» на 4 ч. Переложите в чистую сухую посуду и уберите в холодильник.

Творог

Ингредиенты: 750 мл молока, 500 мл кефира.

Способ приготовления: Добавьте в молоко кефир и перемешайте, перелейте в мультиварку.

Включите ее в режиме «Молочная каша» на 1 ч. Полученную творожистую массу выложите в марлю и подвесьте для стекания сыворотки.

Сыр

Ингредиенты: 2 л скисшего молока, 3 куриных яйца, 3 чайные ложки соли.

Способ приготовления: Взбейте яйца с солью. Налейте скисшее молоко в мультиварку и добавьте к нему яичную массу.

Включите прибор в режиме «Выпечка» на 20 мин. Когда содержимое мультиварки разделится на творожистую массу и сыворотку, переложите его в марлю и отожмите, затем поместите на 2 ч. под пресс.

Сгущенное молоко

Ингредиенты: 250 мл молока жирностью 3,2 %, по 200 г сухого молока, сахара.

Способ приготовления: Добавьте в молоко сахар и сухое молоко, перемешайте до полного растворения. Перелейте смесь в мультиварку и включите ее в режиме «Тушение» на 45 мин. Каждые 15 мин. перемешивайте содержимое мультиварки.

Сметана

Ингредиенты: 1 л сливок жирностью 30 %, 2 столовые ложки сметаны жирностью 20–30 %.

Способ приготовления: Налейте сливки в мультиварку и включите режим «Подогрев» на 30 мин.

В небольшом количестве теплых сливок растворите сметану и добавьте в мультиварку. Включите прибор на 3 ч. Каждый час перемешивайте массу. Затем поместите сметану на 24 ч в холодильник.

Молочный суп

Ингредиенты: 1 л молока, 120 г вермишели, 2 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, соль.

Способ приготовления: Налейте в мультиварку молоко, добавьте сахар, соль, всыпьте вермишель и перемешайте. Включите прибор в режиме «Молочная каша» на 10 мин. Добавьте сливочное масло.

Молочный рисовый суп с курагой

Ингредиенты: 750 мл молока, 180 г риса, по 50 г кураги, сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления: Промытый рис переложите в мультиварку и залейте водой. Посолите и варите рис до полуготовности. Для этого включите режим «Молочная каша» на 30 мин.

Влейте в мультиварку молоко, положите сливочное масло, курагу и сахар. Включите ее в том же режиме еще на 20 мин.

Гречневый молочный суп

Ингредиенты: 600 мл молока, 85 г гречневой крупы, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки сахара, соль.

Способ приготовления: Промойте гречневую крупу и переложите в мультиварку. Залейте ее молоком, добавьте сахар, соль и включите режим «Молочная каша» на 1 ч. В готовое блюдо добавьте сливочное масло и перемешайте.

Омлет

Ингредиенты: 1 куриное яйцо, 10 г сливочного масла, 2 столовые ложки сливочного йогурта, соль, 180 мл воды.

Способ приготовления: Смешайте все ингредиенты с помощью блендера. Полученную смесь вылейте в смазанную маслом форму и поставьте ее в корзину для варки на пару. На дно мультиварки налейте воды. Включите прибор в режиме «Варка на пару» на 10 мин.

Гречневая каша

Ингредиенты: 360 г гречневой крупы, 20 г сливочного масла, 360 мл молока, 2 столовые ложки сахара, соль, 180 мл воды.

Способ приготовления: Промытую гречку заложите в мультиварку, залейте молоком и водой. Добавьте в крупу соль, сахар. Включите мультиварку в режиме «Молочная каша» на 1 ч. Добавьте в кашу сливочное масло, перемешайте, затем включите режим «Подогрев» на 5 мин.

Рисовая каша

Ингредиенты: 250 г риса, 50 г сливочного масла, по 1 л молока, воды, 1 столовая ложка сахара, соль.

Способ приготовления: Промойте рис, переложите в мультиварку, залейте молоком и водой, добавьте сахар и соль. Включите мультиварку в режиме «Высокое давление» на 3 мин. Не открывайте крышку мультиварки в последующие 30 мин. Затем добавьте сливочное масло и перемешайте.

Овсяная каша

Ингредиенты: 65 г овсяных хлопьев, 30 г сливочного масла, 500 мл молока, 2 столовые ложки сахара, соль.

Способ приготовления: Заложите в мультиварку овсяные хлопья, добавьте сахар и соль. Затем влейте молоко. Включите режим «Молочная каша». Затем добавьте в кашу сливочное масло и перемешайте.

Пшенная каша

Ингредиенты: 160 г пшена, 50 г сливочного масла, 1,1 л молока, 1 чайная ложка сахара, соль.

Способ приготовления: Промойте крупу и переложите в мультиварку, затем залейте молоком, добавьте сахар, соль и перемешайте. Включите прибор в режиме «Молочная каша». Каждые 15–20 мин. помешивайте кашу. В готовое блюдо добавьте сливочное масло и включите режим «Подогрев» на 15 мин.

Манная каша

Ингредиенты: 135 г манной крупы, 30 г сливочного масла, 1 л молока, 2 столовые ложки сахара, 1,5 ст. л. какао-порошка.

Способ приготовления: Налейте в мультиварку молоко, добавьте в него манную крупу и смесь какао-порошка с сахаром, перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Молочная каша». В готовое блюдо положите сливочное масло и перемешайте.

Пшенная каша с изюмом

Ингредиенты: 100 г пшена, 30 г сливочного масла, 500 мл молока, 2 столовые ложки изюма, 2 чайные ложки сахара, соль.

Способ приготовления: Пшено промойте водой и переложите в мультиварку, залейте молоком. Промойте изюм.

Добавьте в мультиварку изюм, сахар, соль и сливочное масло, перемешайте. Включите режим «Молочная каша».

Рисово-пшенная каша

Ингредиенты: По 90 г риса, пшена, 20 г сливочного масла, 1 л молока, 3 чайные ложки сахара, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления: Залейте в мультиварку молоко и воду и всыпьте крупы в разведенное молоко, добавьте соль и сахар. Включите прибор в режиме «Молочная каша». Затем добавьте сливочное масло, перемешайте кашу и готовьте еще 1 ч. в том же режиме.

Рисовая каша с изюмом

Ингредиенты: 160 г риса, 80 г изюма, 750 мл молока, 1 столовая ложка сахара, соль.

Способ приготовления: Промытые рис и изюм поместите в мультиварку, добавьте сахар и соль, затем влейте молоко и перемешайте. Закройте мультиварку и включите в режиме «Молочная каша».

Рисовая каша с тыквой

Ингредиенты: 160 г риса, 100 г тыквы, 750 мл молока, 50 г 30 %-ной сметаны, 1 столовая ложка сахара, соль.

Способ приготовления: Промытый рис и очищенную и нарезанную на кубики тыкву поместите в мультиварку, добавьте сахар и соль, затем залейте молоком и перемешайте. Закройте мультиварку и включите в режиме «Молочная каша». Добавьте в готовую кашу чайную ложку сметаны

Тыквенная каша

Ингредиенты: 350 г тыквы, по 60 г пшена, риса, 30 г сливочного масла, 800 мл молока, сахар, соль, вода.

Способ приготовления: Нарежьте очищенную тыкву кубиками и положите в мультиварку, залейте водой до поверхности. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 30 мин. Добавьте к тыкве рис и пшено, влейте молоко, продолжайте готовить в том же режиме еще 30 мин. Посолите кашу, положите в нее сахар и сливочное масло, перемешайте и включите режим «Тушение» на 1 ч.

Рисовая каша с фруктами

Ингредиенты: 180 г риса, 50–60 г изюма, 20 г сливочного масла, 3 яблока, корица, сахар, 500 мл воды.

Способ приготовления: Вымытые яблоки нарежьте тонкими ломтиками, выложите в мультиварку и добавьте к ним 1 столовую ложку воды, перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Тушение» на 10 мин.

Всыпьте в мультиварку промытые рис и изюм, добавьте сахар и залейте водой. Продолжайте готовить кашу в том же режиме еще 30 мин. Добавьте в готовую кашу сливочное масло и перемешайте.

Кукурузная каша

Ингредиенты: 90 г кукурузной крупы, 20 г сливочного масла, 450 мл молока, сахар или мед, соль.

Способ приготовления: Засыпьте кукурузную крупу в мультиварку и залейте молоком, добавьте сливочное масло, соль, сахар, перемешайте. Включите режим «Молочная каша». Если ранее не добавили сахар, то положите в готовую кашу мед и перемешайте. Включите мультиварку в режиме «Подогрев» на 20 мин.

Пшеничная каша

Ингредиенты: 130 г пшеничной крупы, 50 г сливочного масла, 1 л молока, 1 столовая ложка сахара, соль.

Способ приготовления: Промытую крупу поместите в мультиварку и залейте молоком. Насыпьте туда же сахар и соль, перемешайте, положите сливочное масло. Включите мультиварку в режиме «Молочная каша». Перемешайте кашу через 30 мин. и по окончании варки.

Выпечка и десерты

Пирог с капустой

Ингредиенты: 200 г пшеничной муки, по 75 сметаны, майонеза, 1 чайная ложка разрыхлителя для теста.

Для начинки: 3 куриных яйца, 1 головка репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, 30 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления: Капусту и лук очистите и мелко нарежьте. Нашинкованную капусту помните руками, чтобы появился сок. Положите в мультиварку сливочное масло и обжаривайте лук в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Затем добавьте в мультиварку капусту, посолите, перемешайте и готовьте в том же режиме еще 20 мин. Взбейте яйца и, помешивая, подсыпьте к ним муку. Смешайте сметану с майонезом и добавьте их в жидкое тесто. Переложите капусту из мультиварки в отдельную посуду. Вылейте в мультиварку половину теста. Сверху положите капустную начинку и залейте оставшимся тестом. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 1 ч. Пирог переверните на другую сторону и выпекайте еще 20 мин. до подрумянивания.

Кукурузный пирог

Ингредиенты: 210 г кукурузной крупы, 200 г сливочного масла, 180 г сахара, 130 г пшеничной муки, 220 мл кефира, 3 куриных яйца, 1,5 ст. л. лимонной цедры, 0,5 ч. л. соды, соль.

Способ приготовления: Залейте кукурузную крупу кефиром на 30 мин. Взбейте размягченное сливочное масло с сахаром, затем с яйцами. Добавьте в полученную массу кукурузную крупу с кефиром, подмешайте муку, а также соль и соду. Все хорошо перемешайте и добавьте лимонную цедру, перемешайте еще раз. Смажьте сливочным маслом дно и стенки мультиварки и выложите тесто. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 1 ч. Проверьте готовность пирога с помощью деревянной палочки и при необходимости продолжите выпекание еще 15 мин.

Пирог с черной смородиной

Ингредиенты: 250–300 г черной смородины, 180 г сахара, 130 г пшеничной муки, 4 куриных яйца, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1 чайная ложка растительного масла, ванилин, 0,5 ч. л. соды, соль.

Способ приготовления: Взбейте яйца с сахаром до образования пены. Смешайте муку с содой, ванилином, солью. Добавьте в яичную массу сыпучую смесь. Смажьте дно и стенки мультиварки растительным маслом и обсыпьте панировочными сухарями. Выложите в мультиварку тесто и сверху черную смородину. Если она замороженная, то размораживать ее предварительно не нужно. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 65 мин.

Сметанный пирог с ягодами

Ингредиенты: 130 г пшеничной муки, 100 г сливочного масла, 65 г сметаны, 1 чайная ложка разрыхлителя для теста, соль.

Для начинки: 250–300 г любых ягод (смородина, малина и др.), 350 г сметаны, 90 г сахара, 2 куриных яйца, по 2 столовые ложки пшеничной муки, картофельного крахмала, соль.

Способ приготовления: Смешайте размягченное сливочное масло со сметаной, добавьте муку, разрыхлитель и соль, заместите тесто и положите его в холодильник. Взбейте миксером сметану, яйца, сахар, 2 ст. л. муки, крахмал и соль. Положите на дно мультиварки две полосы промасленной бумаги, чтобы можно было легко вынуть готовый пирог, не переворачивая его. Уложите на бумагу тесто и сформируйте по краям бортики. Ягоды промойте и обсушите, выложите на тесто. Сверху вылейте сметанный крем. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 1,5 ч. Остывший пирог достаньте из мультиварки.

Ягодный пирог

Ингредиенты: 250–300 г ягод (смородина, крыжовник), 200 г пшеничной муки, 100 г сметаны низкой жирности, 90 г сахара, 3 столовые ложки растительного масла, 2 куриных яйца, 0,5 лимона, 2 чайные ложки разрыхлителя для теста, 0,25 чайной ложки соли.

Способ приготовления: Добавьте в муку сахар, разрыхлитель для теста, соль и перемешайте. Выжмите из лимона сок, а цедру мелко нарежьте. Смешайте сметану с растительным маслом, соком, цедрой лимона и взбитыми яйцами. Добавьте в полученную массу промытые и обсушенные ягоды, перемешайте. Смажьте растительным маслом варочную емкость и выложите тесто с ягодным наполнителем.

Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 1 ч. Проверьте готовность пирога деревянной палочкой, по желанию переверните на другую сторону и выпекайте еще 10 мин. до подрумянивания.

Пирог с вареньем

Ингредиенты: 180 г замороженного маргарина, 90 г сахара, 0,3 стакана варенья, 2 столовые ложки пшеничной муки, по 1 чайной ложке разрыхлителя для теста, растительного масла, соль.

Способ приготовления: Всыпьте в муку разрыхлитель и сахар. Маргарин натрите на крупной терке и добавьте в муку. Замесите песочное тесто. Смажьте растительным маслом дно и стенки мультиварки и выложите две трети теста плотным слоем. Положите сверху варенье и закройте остатками теста. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 1 ч.

Медовый пирог

Ингредиенты: 120 г пшеничной муки, 100 г меда, 3 куриных яйца, 1,5 ст. л. сахара, по 1 чайной ложке какао-порошка, разрыхлителя для теста, 0,25 ч. л. красного молотого перца, соль.

Способ приготовления: Разделите яйца на белки и желтки. Взбейте желтки с медом до получения однородной массы. Добавьте в муку разрыхлитель, соль, красный молотый перец и какао-порошок, перемешайте. Помешивая, всыпьте сухую смесь в яичную массу. Взбейте белки до образования крепкой пены. Продолжайте их взбивать, подсыпая 2 чайные ложки сахара и немного соли. Соедините белковую массу с тестом, осторожно перемешивая лопаткой. На дно мультиварки постелите промасленную бумагу и выложите тесто. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 1 ч. Проверьте готовность пирога деревянной палочкой. При необходимости продолжите выпекание.

Банановый пирог

Ингредиенты: 260 г пшеничной муки, 180 г сахара, 100 г сметаны, 100 мл растительного масла, 3 банана, 2 куриных яйца, 1 столовая ложка разрыхлителя для теста, соль.

Способ приготовления: Очистите бананы и разомните вилкой. Смешайте яйца с сахаром, сметаной и растительным маслом и добавьте бананы. Смешайте муку с разрыхлителем и солью, помешивая, всыпьте в яично-банановую массу. Смажьте варочную емкость растительным маслом и выложите в нее тесто. Включите мультитварку в режиме «Выпечка» на 1 ч.

Цитрусовый пирог

Ингредиенты: По 200 г пшеничной муки, сливочного масла, 150 г сахара, 100 г манной крупы, 6 куриных яиц, 1 апельсин, 3 чайные ложки разрыхлителя для теста, 05 ч. л. соли. Для глазури: 350 г сахара, по 25 мл рома или коньяка (фруктового сиропа), воды.

Способ приготовления: Добавьте в муку соль и разрыхлитель, перемешайте.

Апельсин очистите и выжмите сок, цедру мелко нарежьте. Разделите яйца на желтки и белки. Разотрите желтки с размягченным сливочным маслом, добавьте половину сахара и измельченную цедру апельсина, перемешайте. В полученную массу, помешивая, всыпьте муку, манную крупу и добавьте апельсиновый сок. Взбейте белки с оставшимся сахаром и введите их в основную массу. Смажьте сливочным маслом дно и стенки мультиварки и выложите тесто.

Включите режим «Выпечка» на 50 мин. Смешайте ром или фруктовый сироп с водой и влейте в сахар, перемешайте и нагревайте на плите. Непрерывно помешивайте сахар до образования глазури. Готовый пирог выложите на блюдо и полейте глазурью.

Лимонный кекс

Ингредиенты: 380 г сгущенного молока, 200 г пшеничной муки, 10 г сливочного масла, 2 куриных яйца, 0,5 ч. л. соды, 0,25 чайной ложки соли.

Способ приготовления: Взбейте яйца до образования пены, добавьте к ним сгущенное молоко.

Из лимона выжмите сок, а цедру мелко порубите. Смешайте их со сладкой массой. Всыпьте в муку соду и соль, перемешайте. Помешивая, всыпьте в сладкую массу сухую смесь. Смажьте варочную емкость сливочным маслом и вылейте в нее тесто. Включите мультиварку в режиме «Выпечка» на 50–60 мин.

Тыквенный кекс

Ингредиенты: 250 г пшеничной муки, 200 г очищенной тыквы, по 150 г сливочного масла, сахара, 2 куриных яйца, 2 чайные ложки разрыхлителя для теста, 0,5 чайной ложки корицы.

Для сиропа: по 100 г сливочного масла, сахара, молока, 50–70 мл тыквенного сока.

Способ приготовления: Натрите тыкву на мелкой терке и отожмите сок. Разотрите яйца со 150 г сахара, затем добавьте размягченное сливочное масло и полученную массу тертую тыкву.

Смешайте муку с разрыхлителем и добавьте к основной массе. Выложите тесто в мультиварку и выпекайте в режиме «Выпечка» 1 ч. Достаньте кекс из мультиварки и остудите. В горячее молоко положите сливочное масло, сахар, влейте тыквенный сок и доведите все до кипения, перемешайте. Пропитайте кекс молочно-тыквенным сиропом, посыпьте корицей.

Шарлотка с яблоками

Ингредиенты: 65 г пшеничной муки, 150 г сахара, 10 г сливочного масла, 100 мл йогурта, 4 яблока, 3 куриных яйца, 1,5 столовые ложки панировочных сухарей, по 0,75 чайной ложки разрыхлителя для теста, корицы, сахарной пудры.

Способ приготовления: Взбейте яйца с сахаром, подмешайте корицу. Просейте муку и, осторожно перемешивая, добавьте ее к яичной массе. Помешивая, медленно влейте в жидкое тесто йогурт. Вымойте яблоки и нарежьте тонкими ломтиками. Смажьте дно и стенки мультиварки сливочным маслом и обсыпьте панировочными сухарями. Выложите туда яблоки ровным слоем и залейте тестом. Включите режим «Выпечка» на 50 мин. Готовую шарлотку посыпьте сахарной пудрой.

Манник

Ингредиенты: 180 г сахара, 150 г манной крупы, 130 г пшеничной муки, 100 г сливочного маргарина, 200 мл кефира, 3 куриных яйца, 1 столовая ложка столового уксуса, 1 столовая ложка растительного, масла, 0,5 чайной ложки соды.

Способ приготовления: Залейте манную крупу кефиром на 1 ч. Взбейте яйца с сахаром, добавьте к ним растопленный маргарин, муку, манную крупу с кефиром. Погасите соду в столовом уксусе и влейте в общую массу, перемешайте. Смажьте дно и стенки мультиварки растительным маслом и выложите тесто. Включите прибор в режиме «Выпечка» на 1 ч.